

Утверждено
Директор МОУ
«Школа №2 р.п. Новые Бурасы»
_____ Е.В. Шведова
Приказ №___ от «13» января 2021 г.

Инструкция по охране труда для учащихся при проведении занятий в школьном спортивном клубе «Готов к труду и обороне!»

- . Общие положения инструкции по охране труда на занятиях по волейболу
- 1.1. Данная инструкция по охране труда разработана для учеников школы, которые занимаются в школьном спортивном клубе «Готов к труду и обороне!» (далее – ШСК)
 - 1.2. Занятия в ШСК включают в себя следующие разделы:
 - Техническая подготовка.
 - Тактическая подготовка.Специальная силовая подготовка:
 - Развитие прыгучести.
 - Развитие быстроты.
 - Развитие реакции.
 - 1.3. К занятиям допускаются учащиеся основной медицинской группы. Занятия проводятся на стадионе или спортивном зале.
 - 1.4. Учащиеся занимаются в ШСК в спортивной форме и обуви установленного образца с учётом всех санитарно-гигиенических требований и норм.
 - 1.5. Учащиеся не допускаются к занятиям по причине отсутствия надлежащей спортивной формы, болезни, плохого самочувствия и др..
 - 1.6. Занятия начинаются и заканчиваются согласно расписанию работы ШСК.
2. Требования безопасности перед началом занятия
 - 2.1. Воспитанник ШСК занимается в спортивной форме и в соответствующей спортивной обуви.
 - 2.2. Занятия начинаются в соответствии с расписанием работы ШСК с построения.
 - 2.3. Перед изучением новой темы учащиеся проходят инструктаж по охране труда, о чём делается запись в соответствующем журнале регистрации проведения инструктажа по вопросам охраны труда.
 3. Требования безопасности в ШСК во время занятий учащихся
 - 3.1. На занятиях в ШСК воспитанники выполняют задания в соответствии с планом работы ШСК.
 - 3.2. На занятиях в ШСК воспитанники выполняют следующие требования:
Техническая подготовка:
 - индивидуальные и групповые упражнения выполняются после команды руководителяШСК:
 - при сигнале о прекращении выполнения упражнения все учащиеся обязаны и выслушать методические указания учителя физической культуры;

- выполнять только то упражнение, которое было дано учителем;
- запрещается учащимся бить мяч ногами. Тактическая подготовка:
- при учебной игре строго выполнять правила расстановки и перехода;
- выполнять упражнения только после свистка учителя физкультуры;

Специальная силовая подготовка:

- обязательно выполнять общую и специальную разминку;
- при выполнении специальных силовых упражнений соблюдать необходимую дистанцию и интервал;
- при выполнении прыжков, приземляться на обе ноги на всю стопу.

3.3. На занятиях в ШСК воспитанники овладевают методами самоконтроля. При плохом самочувствии на занятии воспитанник должен прекратить занятие, уведомить учителя.

4. Требования техники безопасности по окончании занятия

4.1. По команде учителя физкультуры учащиеся организованно строятся в шеренгу.

4.2. После подведения итогов занятия воспитанники строем покидают спортивную площадку и расходятся, избегая столкновений.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях на занятиях по

5.1. В процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций:

- не курить в спортивных помещениях, раздевалках;
- не приносить отравляющие вещества и не распылять их в спортивных помещениях, на территории школы;
- не приносить взрывоопасные вещества;
- не уходить самовольно с занятия;
- в случае аварийной ситуации следовать указаниям учителя физической культуры.

Инструкцию разработал: _____ / _____ /

С инструкцией ознакомлен (а)

«__» ____ 20__ г. _____ / _____